

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

2025年5月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年5月1日 木曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
[ホキのお茶揚げ]	
ホキ角切(2cm角)	58g
料理酒1.8L	1g
馬鈴薯でんぷん1kg	4g
大豆白絞油	5g
抹茶粉末	0.2g
食塩	0.2g
[ごぼうサラダ(マヨ)]	
ごぼう	9g
にんじん	5g
キャベツ	30g
ツナ水煮フレーク	6.5g
すりごま(白)	2g
QPエッグゲア(ノンエッグマヨネーズ)	6g
こいくちしょうゆ	0.6g
[鶏つくね汁]	
鶏つくね Fe・C	30g
玉葱	15g
にんじん	5g
えのきたけ	8g
ねぎ	2g
うすくちしょうゆ	2g
こいくちしょうゆ	1.5g
だしパック(かつお)	3g
食塩	0.2g

2025年5月2日 金曜日

こどもの日献立

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[たけのご飯]	
水稻穀粒(精白米)	75g
サラダ油 1.5kg	0.5g
たけのこ(ゆで)	10g
油揚げ	3g
こいくちしょうゆ	2.4g
食塩	0.2g
本味酢 1.8L	1g
[ぶりのしょうが照り焼き]	
ぶり 50g	1切
ぶり 60g	0切
料理酒1.8L	2g
こいくちしょうゆ	1g
冷凍おろししょうが	0.2g
サラダ油 1.5kg	0.8g
三温糖	1g
こいくちしょうゆ	2g
本味酢 1.8L	0.8g
馬鈴薯でんぷん1kg	0.2g
冷凍おろししょうが	0.4g
[菜の花のおかか和え]	
キャベツ	18g
菜の花カット国産	20g
にんじん	5g
チキンハム(短冊)500g	6.5g
一口咲花かつお100g	0.6g
こいくちしょうゆ	1.8g
[豆腐のみそ汁]	
にんじん	10g
だいこん	15g
えのきたけ	8g
木綿豆腐	25g
おわら麩	1g
ねぎ	2g
煮干しだし	2g
みそ	7g

2025年5月7日 水曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稻穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[●オムレツ(プレーン)]	
●オムレツ(プレーン)35g	1個
●オムレツ(プレーン)55g	0個
→[対応食]	
代替食材(小): 鮭フライ40g	1個
代替食材(中): 鮭フライ50g	1個
代替食材: サラダ油	4g
[大根サラダ]	
チキンささみ水煮	6.5g
キャベツ	18g
だいこん	30g
にんじん	5g
レモン果汁500mL	0.6g
穀物酢	1g
うすくちしょうゆ	0.8g
三温糖	0.7g
オリーブオイル1L	0.4g
食塩	0.1g
[ハヤシライス]	
国産牛肉(モモスライス)	30g
セクションワイン(赤)1.8L	2g
サラダ油 1.5kg	1g
にんじん	20g
玉葱	45g
ぶなしめじ	8g
グリーンピース	5g
にんにく	0.3g
ダイズマト(ハウチパック)	20g
カメトマトゲチャップ デリカユース1kg	5g
ハヤシルウ(粉末)	15g
マイルト デミグラスソース 1kg	5g
食塩	0.1g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

2025年5月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年5月8日 木曜日

保幼小中連携献立

2025年5月9日 金曜日

2025年5月12日 月曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稻穀粒(精白米)	80g
[カレイのからあげ] 生干カレイ50g 生干カレイ60g 馬鈴薯でんぷん1kg 大豆白絞油	1個 0個 5g 5g
[たけのこ土佐煮] たけのこ(ゆで) さつまあげ(玉ねぎ)40g にんじん 板こんにゃく 三温糖 こいくちしょうゆ HOKKAIDO 花かつお 100g 煮干しだし 水	30g 15g 8g 10g 1g 2.5g 0.6g 0.5g 15g
[もずくのみそ汁] にんじん 玉葱 美ら海育ちもずく じゃがいも 国産大豆カット油揚げ えのきたけ 煮干しだし みそ	8g 15g 13g 18g 3g 5g 1.5g 7g

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稻穀粒(精白米)	80g
[豚キムチ] 豚肉(モモ肉小切) しょうが サラダ油 1.5kg にんじん はくさい(キムチ漬け)リハ キャベツ 太もやし HOKKAIDO 焼肉の丸(醤油)1.6kg こいくちしょうゆ にら	42g 0.5g 0.6g 8g 10g 18g 25g 3g 0.5g 3g
[小松菜とチーズののりじゃこ] 小松菜 キャベツ にんじん 角切チーズ8mm もみのり ちりめん こいくちしょうゆ	20g 20g 5g 5g 0.6g 2g 1g
[五目中華スープ] 玉葱 かき九州産きくらげスライス たけのこ(ゆで) 厚揚げ チンゲンツァイ 食塩 中華スープ こいくちしょうゆ ハウス マト ラスコジョ-300g 馬鈴薯でんぷん1kg	20g 0.5g 10g 20g 12g 0.1g 0.8g 2g 0.02g 1g

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稻穀粒(精白米)	80g
[雷豆腐] 焼き豆腐 鶏肉(モモ肉ダバ)2cmカットIQF にんじん 玉葱 ねぎ 乾燥椎茸(美都産) こいくちしょうゆ 三温糖 食塩 JFS 純正ごま油	50g 15g 15g 15g 5g 1g 3g 0.8g 0.2g 1.6g
[切干大根のごま酢和え] 宮崎県産千切大根 1kg 小松菜 キャベツ チキンささみ水煮 すりごま(白) 穀物酢 こいくちしょうゆ 三温糖	3g 20g 10g 6g 2g 2g 2g 0.8g
[沢煮椀] たけのこ(ゆで) 国産SPF豚モモスライスIQF 乾燥若布 ごぼう にんじん えのきたけ 食塩 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 料理酒1.8L ハウス マト ラスコジョ-300g だしパック(かつお)	25g 20g 0.3g 10g 8g 8g 0.3g 2g 1g 1g 0.03g 3g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

2025年5月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年5月13日 火曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稲穀粒(精白米)	76g
おむぎ(米粒麦)	4g
[さばそぼろごはんの具]	
サバサダ油漬缶詰1350g	35g
系こんにやく(白)	15g
青ピーマン	5g
食塩	0.2g
三温糖	1g
料理酒1.8L	1.5g
こいくちしょうゆ	2g
[ゆかり和え]	
キャベツ	30g
小松菜	15g
にんじん	5g
しそご飯の素(国産赤しそ)	0.25g
食塩	0.1g
[だんご汁]	
薄力小麦粉1kg	8g
白玉粉	8g
鶏肉胸(2cm角)	15g
乾燥椎茸(美都産)	0.8g
玉葱	13g
にんじん	8g
ねぎ	2g
煮干しだし	2g
みそ	7g

2025年5月14日 水曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稲穀粒(精白米)	76g
おむぎ(米粒麦)	4g
[鶏の唐揚げ]	
鶏肉むね切身50g	1個
鶏肉むね切身60g	0個
冷凍おろしにんにく	0.5g
冷凍おろししょうが	0.5g
食塩	0.1g
こいくちしょうゆ	2.5g
料理酒1.8L	1g
JFS 純正ごま油	0.5g
馬鈴薯でんぷん1kg	9g
大豆白絞油	5g
[スナップエンドウのサラダ]	
スナップえんどう	25g
キャベツ	10g
にんじん	5g
スーパースイートコーン	6g
ツナ水煮フレーク	6g
和風たまねぎドレッシング	6g
[●キャベツと卵のスープ]	
カットベーコンIQF500g	6.5g
サラダ油 1.5kg	0.2g
キャベツ	18g
にんじん	8g
小松菜	15g
●たまご	15g
理研 コンソメ 500g	1g
うすくちしょうゆ	2g
ハウス トマトソース-300g	0.02g
馬鈴薯でんぷん1kg	0.5g
→[対応食]	
鶏肉(仔肉ダ 17)2cmカットIQF	18g
料理酒1.8L	0.5g
サラダ油 1.5kg	0.2g
玉葱	15g
キャベツ	15g
小松菜	5g
コンソメ乳なし(理研)	1.2g
うすくちしょうゆ	2g
ハウス 風車ソース-300g	0.02g

2025年5月15日 木曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稲穀粒(精白米)	80g
[鱈の梅煮]	
真あじドレス L	1個
梅(塩漬)	2.5g
こいくちしょうゆ	5g
本味酢 1.8L	5g
料理酒1.8L	2g
三温糖	2g
水	13g
[納豆サラダ]	
チキンハム(短冊)500g	6.5g
ひきわり納豆(冷)300g	8g
ほうれん草	16g
キャベツ	20g
にんじん	5g
こいくちしょうゆ	0.8g
QPIック ケア(ノンイック マヨネーズ)	6.5g
[根菜汁]	
にんじん	10g
玉葱	25g
ごぼう	10g
レンコン水煮(乱切)	13g
国産大豆カット油揚げ	3g
ねぎ	2g
みそ	7g
煮干しだし	2g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

2025年5月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年5月16日 金曜日

2025年5月19日 月曜日

2025年5月20日 火曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稻穀粒(精白米)	80g
[豚肉の香草焼き] カタ産豚ロース(ジャコト無)40	1個
カタ産豚ロース(ジャコト無)60	0個
こいくちしょうゆ	1.5g
食塩	0.1g
冷凍おろしにんにく	0.5g
冷凍おろししょうが	0.5g
ナツメグ(粉)	0.01g
SB パセリ(乾)	0.1g
料理酒1.8L	1g
サラダ油 1.5kg	0.7g
[アスパラとウィンナーのソテー] アスパラガス	15g
チキンウィンナー10mmスライス	17g
玉葱	20g
じゃがいも	15g
食塩	0.3g
黒こしょう	0.03g
サラダ油 1.5kg	0.5g
[山菜のけんちん汁] 国産山菜ミックス水煮	12g
ごぼう	8g
にんじん	10g
玉葱	10g
木綿豆腐	20g
乾燥椎茸(美都産)	0.8g
だしパック(かつお)	3g
こいくちしょうゆ	3g
食塩	0.4g
料理酒1.8L	2g
JFS 純正ごま油	0.5g

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稻穀粒(精白米)	80g
[鶏肉とキャベツのゆずぼん炒] 鶏肉(モロ肉ダ)2cmカットIQF	50g
食塩	0.1g
ハウスドラッシュ300g	0.02g
料理酒1.8L	1g
サラダ油 1.5kg	0.6g
キャベツ	35g
えのきたけ	10g
にんじん	10g
みとぼん酢	5g
こいくちしょうゆ	1g
本味酢 1.8L	1g
ハウスドラッシュ300g	0.02g
[アーモンド和え] キャベツ	25g
小松菜	20g
にんじん	5g
クッキングアーモンド(細切)500g	4g
こいくちしょうゆ	2g
[春雨のみそ汁] カンシ はるさめS国産1kg	3g
にんじん	8g
ぶなしめじ	8g
厚揚げ	18g
玉葱	15g
乾燥若布	0.3g
だしパック(かつお)	3g
みそ	7g

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳] 牛乳	1本
[うどん] TM学 国内麦冷凍うどん	150g
[小さいわしのフライ] こいわし米粉揚げ	45g
大豆白絞油	5g
[あすっこのゴママヨ和え] あすっこ(7ロック4～5cmカット)	25g
キャベツ	15g
にんじん	5g
チキンささみ水煮	6g
すりごま(白)	3g
QPエックケア(ノンエックマヨネーズ)	6.5g
こいくちしょうゆ	1g
[カレーうどんの汁] 鶏肉(モロ肉ダ)2cmカットIQF	35g
国産大豆カット油揚げ	3g
玉葱	20g
にんじん	10g
ねぎ	3g
乾燥椎茸(美都産)	0.5g
だしパック(かつお)	3g
ハウス給食用カレーブロックN	9g
こいくちしょうゆ	1.5g
本味酢 1.8L	0.5g
[りんご(1/6個)] りんご	0.17個

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

2025年5月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年5月21日 水曜日

益田の食育の日献立

2025年5月22日 木曜日

2025年5月23日 金曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[豆ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	75g
グリーンピース(むき)	10g
食塩	0.8g
料理酒1.8L	0.5g
[焼き餃子ゆず風味(2個)]	
スクールランチギョーザ	2個
SLジャンボギョーザ28g	0個
ゆず果汁600mL	1g
うすくちしょうゆ	1g
[ミルクおから]	
鶏肉(モロ肉タイプ)1cmカットIQF	32g
サラダ油 1.5kg	0.5g
ごぼう	8g
にんじん	6g
突きこんにゃく	13g
さつまあげ(玉ねぎ)40g	6g
おから	15g
牛乳(料理用)	6g
ねぎ	2g
こいくちしょうゆ	3g
三温糖	0.6g
本味酢 1.8L	1g
[●かき卵汁]	
玉葱	20g
にんじん	8g
じゃがいも	18g
えのきたけ	6g
ねぎ	2g
●たまご	15g
だしパック(かつお)	3g
うすくちしょうゆ	2.5g
食塩	0.3g
馬鈴薯でんぷん1kg	1g
→[対応食]	
玉葱	15g
にんじん	10g
えのきたけ	7g
小松菜	7g
木綿豆腐	27g
だしパック(かつお節)	1.3g
うすくちしょうゆ	2.5g
食塩 1kg	0.1g
馬鈴薯でんぷん1kg	1g

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
[マスのバター醤油焼き]	
マス切身50g	1個
マス切身60g	0個
食塩	0.2g
こいくちしょうゆ	2g
調理用バター200g	2g
小判型クックパー	1枚
[わかめとささみの中華和え]	
乾燥若布	0.6g
だいこん	30g
にんじん	6g
チキンささみ水煮	6.5g
きゅうり	10g
こいくちしょうゆ	1.5g
穀物酢	1g
JFS 純正ごま油	0.8g
食塩	0.1g
[なめこ汁(厚揚げ)]	
にんじん	10g
厚揚げ	22g
玉葱	15g
なめこ水煮 1kg	13g
ねぎ	2g
煮干しだし	2g
みそ	7g

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
[かぼちゃコロッケ(小40,中60)]	
▽国産豚 しゃひき肉75g	1個
▽国産豚 しゃひき肉75g	0個
大豆白絞油	4g
[切干大根のサラダ]	
宮崎県産千切大根 1kg	3g
細もやし	15g
小松菜	17g
チキンハム(短冊)500g	9.5g
JFS 純正ごま油	0.5g
食塩	0.2g
塩こんぶ	1g
▽花かつお 100g	0.6g
[ごま豆乳スープ]	
チンゲンツァイ	20g
にんじん	10g
キャベツ	17g
豚肉(ミンチ)	20g
サラダ油 1.5kg	0.6g
無調整豆乳 不二	26g
中華スープ	0.8g
みそ	4g
食塩	0.1g
すりごま(白)	2g
かや練りごま 550g	2g
馬鈴薯でんぷん1kg	1g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

2025年5月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年5月26日 月曜日

全国味めぐり献立(大阪府)

2025年5月27日 火曜日

2025年5月28日 水曜日

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
[つくねのお好み焼き風]	
キャベツ入り平つくねハラ40	1個
キャベツ入り平つくねハラ50	0個
大豆白絞油	4g
JF ウスターソース エクセレント1.8L	3g
カゴメトマトケチャップ デリカース1k	3g
こいくちしょうゆ	1g
本味酢 1.8L	1g
ハコモモ花かつお 100g	0.6g
あおのり	0.3g
[たこのサラダ]	
カットたこ	13g
キャベツ	20g
きゅうり	12g
スーパースイートコーン	6.5g
にんじん	5g
三温糖	0.3g
レモン果汁500mL	0.4g
こいくちしょうゆ	0.3g
QPエッグ ケア(ノンエッグ マヨネーズ)	6g
[船場汁]	
サバ小口切	13g
料理酒1.8L	1g
冷凍おろししょうが	0.6g
だいこん	25g
にんじん	10g
えのきたけ	10g
ねぎ	2g
うすくちしょうゆ	2.5g
食塩	0.3g
だしパック(かつお)	3g

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稻穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[子持ちししゃも(2尾)]	
子持シシャモL	2個
子持シシャモ2L	0個
[麻婆丼の具]	
豚肉(ミンチ)	20g
しょうが	0.5g
にんにく	0.5g
料理酒1.8L	1g
サラダ油 1.5kg	0.25g
玉葱	25g
にんじん	10g
乾燥椎茸(美都産)	1g
木綿豆腐	75g
にら	5g
みそ	4g
豆板醤	0.3g
こいくちしょうゆ	2.7g
三温糖	0.3g
中華スープ	0.7g
本味酢 1.8L	1g
馬鈴薯でんぷん1kg	4g
JFS 純正ごま油	0.5g
[ゆずっこゼリー]	
クールゼリーの素600g	12g
ゆず果汁600mL	3g
水	57g
ナタデココ	7g

料理名/食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稻穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[ハンバーグのオニオンソース]	
ボーク&ハンバーグ 60g NEW	1個
ボーク&ハンバーグ 80g NEW	0個
ソート・オニオンタイル	6g
冷凍おろしにんにく	0.5g
こいくちしょうゆ	1.5g
本味酢 1.8L	1.5g
料理酒1.8L	1.5g
水	1.5g
[●ポテトサラダ]	
ツナ水煮フレーク	8g
じゃがいも	30g
フロココリー(冷)	15g
●いりたまご(真空)	7g
にんじん	5g
玉葱	7g
QPエッグ ケア(ノンエッグ マヨネーズ)	6.5g
穀物酢	0.8g
ハウス マドラスソース-300g	0.02g
食塩	0.1g
→[対応食]	
ピッコロハム	11g
じゃがいも	20g
スーパースイートコーン	7g
きゅうり	10g
にんじん	5g
QPノンエッグ マヨネーズ(卵不使用)	6g
穀物酢	1g
ハウス 風車ソース-300g	0.02g
食塩 1kg	0.1g
三温糖	0.3g
[野菜たっぷりスープ]	
鶏肉(モモ肉タイル)1cmカットIQF	13g
キャベツ	20g
ぶなしめじ	8g
にんじん	8g
小松菜	15g
理研 コンソメ 500g	1g
こいくちしょうゆ	1.5g
うすくちしょうゆ	1.5g
ハウス マドラスソース-300g	0.02g
サラダ油 1.5kg	0.5g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

2025年5月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年5月29日 木曜日

2025年5月30日 金曜日

教えて！人気メニュー（雪舟保育所）

料理名／食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
[春巻き(小1個、中2個)]	
㊦ 安心素材春巻50	1個
㊦ 安心素材春巻35	0個
大豆白絞油	5g
[大根ナムル]	
だいこん	45g
小松菜	10g
にんじん	5g
こいくちしょうゆ	1.5g
JFS 純正ごま油	0.7g
食塩	0.1g
すりごま(白)	3g
[キムチ肉じゃが]	
豚肉(モモ肉小切)	35g
じゃがいも	60g
玉葱	35g
にんじん	10g
はくさい(キムチ漬け)ｸﾗ	15g
系こんにやく(白)	15g
グリーンピース	5g
サラダ油 1.5kg	0.7g
三温糖	1.5g
こいくちしょうゆ	3.5g
料理酒1.8L	2g
本味酢 1.8L	1g

料理名／食品名	一人分量・単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
[鶏肉のレモン酢揚げ]	
鶏肉(ササミ)IQF20本入	50g
料理酒1.8L	3g
食塩	0.1g
馬鈴薯でんぷん1kg	4g
大豆白絞油	5g
三温糖	3.8g
こいくちしょうゆ	2.8g
レモン果汁500mL	3g
[磯香和え]	
ほうれん草	20g
細もやし	25g
にんじん	6g
出雲のおいしいちくわ5mm	6.5g
もみのり	0.65g
こいくちしょうゆ	1.5g
[ふのみそ汁]	
じゃがいも	23g
玉葱	15g
おわら麩	1.5g
国産大豆ｶｯﾄ油揚げ	3g
にんじん	8g
えのきたけ	8g
ねぎ	2g
煮干しだし	2g
みそ	7g